

Profil Perilaku Merokok Siswa dan Implikasinya bagi Layanan Bimbingan dan Konseling

Dika Nurma Anita¹, Evi Afiati², Bangun Yoga Wibowo³

¹²³ Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,
Universitas Sultan Ageng Tirtayasa

d.anitia@gmail.com¹

aviafiati@untirta.ac.id²

bangunyogawibowo@untirta.ac.id³

Abstrak

Masa remaja melambangkan bagian peralihan dari anak-anak menuju dewasa, ditandai oleh percepatan pertumbuhan fisik, mental, emosional, dan sosial. Masa remaja adalah masa dimana sedang menggali identitas diri, cenderung mengikuti trend, masih labil, dan sangat mudah dipengaruhi oleh teman sebaya. Pengaruh yang dihadapi oleh remaja tidak hanya pengaruh positif, namun ada pula pengaruh negatif, salah satunya yaitu pengaruh untuk merokok. Perilaku merokok adalah salah satu bentuk perilaku yang negatif dimana seorang remaja dapat mengalami kecanduan apabila tidak dihentikan. Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran perilaku merokok siswa MTs Nurul Haq serta membuat rancangan program bimbingan dan konseling untuk mencegah perilaku merokok siswa. Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif dengan pengambilan sample menggunakan simple random sampling dengan jumlah sampel sebanyak 139 siswa. Penelitian perilaku merokok berdasarkan 4 indikator menurut Leventhal dan Cleary, yaitu tahap preparatory, intiation, becoming a smoker dan maintenance of smoking. Teknik pengumpulan data menggunakan angket, penyebaran angket dilakukan menggunakan google form. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 68% siswa berada pada kategori sedang yang berarti bahwa perlu ditingkatkan kembali pemahaman siswa mengenai bahaya merokok.

Kata Kunci: Perilaku Merokok; Layanan Bimbingan dan Konseling; Remaja.

PENDAHULUAN

Undang-Undang No.20/2003 tentang sistem Pendidikan Nasional (pasal 1 ayat 4) mengemukakan bahwa peserta didik/siswa diartikan seperti anggota masyarakat yang berupaya mengembangkan potensi diri menggunakan metode pembelajaran yang ada pada jalur jenjang dan jenis tertentu. Setiap individu itu unik, yang berarti bahwa setiap individu mempunyai perbedaan antara satu dengan yang lainnya. Perbedaan yang dimaksud berupa seperti perbedaan pada fisik, pola pikir, dan gaya merespon ataupun menekuni hal-hal baru.

Salah satu bagian dalam komposisi pendidikan yaitu siswa, siswa merupakan bagian yang amat berguna dalam struktur pendidikan sebab seseorang tidak bisa dikatakan serupa pendidik bilamana tidak adanya yang di didik. Siswa yang mempunyai potensi dasar harus dikembangkan menggunakan pendidikan, baik secara fisik maupun psikis. Kegiatan pembelajaran siswa memiliki potensi sentral karena komponen yang di adakan bagi berlangsungnya prosedur pendidikan atas dasarnya di arahkan pada objek pokok yaitu perkembangan kemampuan siswa secara optimal menuju terbentuknya individu yang berkarakter.

Menurut Maslow (Azzahra, 2013, hlm. 26) siswa memiliki tiga karakteristik, yaitu : (1) karakteristik yang berhubungan pada keahlian asal, sebagaimana kecakapan intelektual serta kecakapan dalam berfikir, (2) karakteristik yang berhubungan pada latar belakang dan status kemasyarakatan, dan (3) karakteristik yang berhubungan pada perbedaan-perbedaan kepribadian, serupa sikap, perasaan, dan minat. Adanya karakteristik siswa yang mempunyai makna sangat berguna dalam hubungan belajar mengajar, yaitu senantiasa akan bermanfaat dalam meunjuk dan menetapkan pola-pola pengajaran yang lebih baik, yang dapat menjamin kemudahan belajar bagi setiap siswa. Siswa termasuk ke dalam komponen sistem pembelajaran, sedangkan sekolah merupakan lembaga tempat siswa belajar.

Sekolah merupakan lembaga pendidikan dimana siswa dibina agar menjadi pribadi yang berpendidikan. Sekolah Menengah Pertama (SMP) merupakan jenjang pendidikan yang dilalui oleh siswa pada masa remaja. Masa remaja melambangkan bagian peralihan dari anak-anak menuju dewasa, ditandai oleh percepatan pertumbuhan fisik, mental, emosional, dan sosial. Masa remaja adalah masa dimana sedang menggali identitas diri, cenderung mengikuti trend, masih labil, dan sangat mudah dipengaruhi oleh teman sebaya. Pengaruh yang dihadapi oleh remaja tidak hanya perngaruh positif, namun ada pula pengaruh negatif, salah satunya yaitu pengaruh untuk merokok. Walaupun pada awalnya remaja yang mencoba merokok kurang dapat menikmati rokok karena membuat siswa mual dan pusing, akan tetapi atas dorongan sosial, perilaku merokok dapat menjadi menetap. Perasaan mual dan pusing disebabkan akibat tubuh membutuhkan penyesuaian terhadap zat-zat yang terdapat di dalam rokok yang tidak bisa diterima tubuh, akan tetapi lama kelamaan dapat terbiasa serta teradaptasi selepas mengalami beberapa kali merokok. Komponen yang terkandung di dalam rokok seperti nikotin dan karbon monoksida bisa mengakibatkan individu menjadi ketagihan dan ingin merokok lebih banyak lagi.

Badan Kesehatan Dunia atau *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa merokok telah menjadi kasus kesehatan masyarakat yang mendesak bagi seluruh dunia sejak satu dekade yang lalu. Setiap tahun, lebih dari 8 juta orang meninggal karena merokok. Sebagian besar kematian terkait merokok terjadi di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah, yang sering menjadi target gangguan dan pemasaran industri tembakau intensif. Merokok juga bisa mematikan bagi non-perokok. Paparan asap rokok juga telah berimplikasi pada hasil kesehatan yang merugikan, menyebabkan 1,2 juta kematian setiap tahun. Hampir setengah dari semua anak menghirup udara yang tercemar asap rokok dan 65.000 anak

meninggal setiap tahun karena penyakit yang terkait dengan asap bekas rokok. Merokok saat hamil dapat menyebabkan beberapa kondisi kesehatan seumur hidup untuk bayi.

Saat ini populasi perokok di dunia mencapai 1,1 miliar. Diperkirakan pada tahun 2025, jumlahnya akan berkembang menjadi 1,6 miliar, hal ini disebabkan oleh perdagangan rokok yang bebas. Menurut Bank Dunia yang dikutip Depkes RI (2002) konsumsi rokok di Indonesia sekitar 6,6% dari konsumsi rokok dunia. Meskipun telah banyak penelitian menyebutkan mengenai jenis penyakit yang ditimbulkan akibat merokok, namun merokok tetap menjadi kebiasaan yang tidak bisa ditinggalkan oleh banyak orang. Hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya pengaruh orang tua yang merokok, pengaruh teman, pengaruh iklan dan lain-lain. Hal ini mengakibatkan jumlah perokok terus bertambah.

Menurut data dari Atlas Tembakau Indonesia (disingkat ATI) tahun 2020, rata-rata nasional prevalensi perokok usia 15 tahun ke atas: 32,2%. Hampir 50% provinsi prevalensinya di atas angka rata-rata nasional. Proporsi penduduk yang mengonsumsi tembakau pada laki-laki tahun 2018 sebesar 62,9%, sedangkan pada perempuan sebesar 4,8%. Secara keseluruhan jenis kelamin rata-rata penduduk yang mengonsumsi tembakau tahun 2018 sebesar 33,8%. Terdapat peningkatan pula dari jumlah perokok di tahun 2013-2018, yaitu pada rentang usia 10-14 tahun sebesar 0,7% dan pada rentang usia 15-19 tahun sebesar 1,4%. Perilaku merokok sangat memprihatinkan dikarenakan menurut data, usia mula-mula merokok teratas pada usia 15-19 tahun (52,1%) dan 10-14 tahun (23,1%). Artinya mulai usia SD dan SMP banyak remaja pernah merokok. Apalagi 2,5% siswa pernah merokok sejak usia 5-9 tahun. Kenaikan total perokok diikuti pula oleh kenaikan angka kematian akibat rokok. Tahun 1990 penyebab kematian tertinggi akibat penyakit menular. Sejak tahun 2017 penyumbang kematian tertinggi adalah penyakit tidak menular, yang faktor risikonya adalah perilaku atau gaya hidup, salah satunya merokok. Menurut data dari ATI tahun 2017, angka kematian nasional akibat rokok adalah 88 orang per 100.000. Sebanyak 10 provinsi berada di atas rata-rata angka kematian nasional. Dr. N. Paranietharan WHO representative to Indonesia, 2020 berpendapat bahwa perokok berisiko tinggi untuk penyakit jantung dan penyakit pernapasan, yang merupakan faktor risiko tinggi untuk mengembangkan penyakit parah atau kritis dengan covid-19. Oleh karena itu, perokok di Indonesia berisiko tinggi terkena covid-19.

Fenomena perilaku merokok remaja banyak sekali didapati pada siswa sekolah menengah, tidak jarang siswa merokok di lingkungan sekolah maupun di luar sekolah. Pengkajian yang dilakukan oleh Purnamasari dkk (2005) yang dilakukan terhadap 921 siswa SMP di Surakarta menyatakan sebesar 211 siswa menjadi perokok (23%). Siswa sekolah yang merokok setiap hari yakni 90 siswa (9.8%), 86 siswa (95.6%) diantaranya adalah siswa laki-laki dan empat siswa (4.4%) perempuan. Siswa yang sesekali merokok adalah 121 siswa (13.1%), 104 (86.8%) diantaranya adalah siswa laki-laki dan 16 (13.2%) siswa perempuan. Siswa yang merokok di sekolah terdapat 167 (18,1%), sedangkan siswa yang tidak merokok di sekolah sebanyak 754 (81,9%). Menurut Bayu (2008) aspek-aspek yang memengaruhi perilaku merokok pada siswa SMP di Kecamatan Bendosari Kabupaten Sukoharjo ialah faktor pergaulan, uang saku dan iklan. Serta menurut data yang dikemukakan oleh Pelaksana

Tugas Kepala Dinas Kesehatan Kota Serang (2015), Toyalis mengatakan bahwa dari hasil survey yang dilakukan bahwa terdapat 30 persen perokok aktif di Kota Serang, Provinsi Banten berasal dari kalangan pelajar. Sedangkan dari hasil wawancara dengan guru BK MTs Nurul Haq, ditemukan fakta bahwa pernah terdapat siswa yang melakukan perilaku merokok. Alasan siswa melakukan perilaku merokok dikarenakan coba-coba yang dipengaruhi oleh lingkungan sosialnya. Maka dari itu, guru BK menginginkan perilaku merokok yang pernah terjadi dapat dihindari.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK MTs Nurul Haq, perilaku merokok merupakan permasalahan yang meresahkan dikarenakan perilaku merokok adalah salah satu perilaku yang dapat merugikan diri sendiri dan lingkungan sekitar, dan membutuhkan cara maupun upaya untuk mengatasinya. Upaya yang dapat dilakukan adalah dengan menggunakan layanan bimbingan dan konseling. Bimbingan dan konseling adalah upaya pemberian bantuan kepada peserta didik baik secara perseorangan maupun kelompok, agar peserta didik mampu mandiri dan berkembang secara optimal dalam bidang perkembangan kehidupan pribadi, sosial belajar maupun perencanaan karir melalui berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukung berdasarkan norma yang berlaku. Layanan bimbingan dan kelompok yang bisa dilaksanakan berupa layanan bimbingan klasikal, layanan bimbingan kelompok dan layanan bimbingan kelas besar. Tujuan dari layanan bimbingan dan konseling adalah membantu siswa agar terhindar dari perilaku merokok yang dapat merugikan diri sendiri dan lingkungan sekitar. Layanan bimbingan dan konseling yang diberikan berupa layanan informasi yang dimaksudkan untuk memberikan pemahaman dan membekali siswa dengan berbagai pengetahuan mengenai bahaya perilaku merokok.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian adalah deskriptif dengan jenis penelitian berupa penelitian kuantitatif. Menurut Lehman (dalam Yusuf, 2014, hlm. 62) penelitian kuantitatif dilakukan menggunakan rancangan yang formal, tersistematis, dan spesifik, dengan rancangan operasional yang mendetail. Penelitian deskriptif kuantitatif merupakan salah satu jenis penelitian yang berniat menggambarkan secara faktual, sistematis, dan akurat perihal fakta dan bersifat populasi tertentu, atau mencoba menggambarkan fenomena secara mendetail.

Penelitian bertempat di MTs Nurul Haq, Balaraja yang terletak di Jl. Raya Serang, Balaraja, Kec. Balaraja, Tangerang, Banten. Subjek penelitian adalah seluruh siswa di MTs Nurul Haq dengan menggunakan sampel 139 siswa. Teknik pengumpulan sampel berupa pengambilan sampel acak sederhana (*simple random sampling*). Alat pengumpulan data menggunakan angket perilaku merokok dengan 4 indikator dan 45 item pernyataan, indikator tersebut berasal dari tahapan yang dikembangkan oleh Leventhal dan Cleary (1980), yaitu tahap *preparatory*, *intiation*, *becoming a smoker*, dan *maintance of smoking*. Adapun tahapan proses pengumpulan data dalam penelitian, yaitu:

1. Pengambilan data dilakukan oleh peneliti sendiri dengan menggunakan *google form* serta dibantu oleh guru BK.

2. Peneliti menjelaskan tata cara pengisian kuesioner yang harus diisi di dalam *google form*.
3. Pengumpulan data dilakukan dengan cara membagikan *link google form* di setiap kelas dengan bantuan guru BK.
4. Setelah data didapat proses selanjutnya kemudian analisa data.

Penelitian yang diambil melakukan teknik pengolahan data dengan cara mengelompokkan dan mengkategorikan data yang sudah didapatkan, lalu membuat kesimpulan untuk menjawab persoalan atau masalah yang diangkat secara deskriptif atau menggambarkan tentang variabel penelitian. Pengolahan data penelitian yaitu menggunakan *Microsoft excel*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat diketahui bahwa perilaku merokok siswa MTs Nurul Haq tahun ajaran 2020/2021 sebagai berikut.

Tabel 1. Persentase Perilaku Merokok

Kriteria	Rentang Nilai	Responden	Persentase
Rendah	$X \leq 90$	26	19%
Sedang	$90 \leq X < 133$	95	68%
Tinggi	$X > 133$	18	13%
Jumlah		139	100%

Berdasarkan hasil tabel 1, dapat diketahui bahwa perilaku merokok siswa MTs Nurul Haq tahun ajaran 2020/2021 sebanyak 13% siswa berada pada kriteria tinggi, kriteria ini dapat dikatakan bahwa siswa pernah mencoba setidaknya sekali merokok dan siswa merokok karena pengaruh teman-temannya, mengevaluasi interpretasi tentang merokok dalam bentuk perasaan dan perilaku, serta mendapatkan *reinforcement positif* dari lingkungannya. Sedangkan 68% siswa berada kriteria sedang, pada kriteria ini siswa sudah mengetahui dan memahami tentang bahaya perilaku merokok, tidak menyetujui bahwa gambaran merokok menyenangkan dan tidak mendapatkan *reinforcement positif* dari perilaku merokok. Serta 19% siswa berada pada kategori rendah, pada kriteria ini siswa berada pada tahapan siswa kurang mengetahui tentang perilaku merokok dan tahapannya.

Berdasarkan pembahasan hasil penelitian perilaku merokok siswa yang sudah dilakukan, didapati hasil yaitu terdapat 4 indikator yang menunjukkan perilaku merokok siswa, yaitu sebagai berikut.

Tahap Preparatory

Berdasarkan hasil penelitian, pada tahap *preparatory* sebanyak 139 responden berada pada kategori tinggi, yaitu sebanyak 46% (lihat tabel) hal ini menunjukkan bahwa siswa MTS Nurul Haq sudah mengetahui pengenalan awal mengenai rokok serta contoh. Pada

indikator tahap *preparatory*, diperoleh sub-indikator yang didalamnya terdapat interpretasi awal siswa tentang merokok yaitu pemahaman siswa mengenai rokok dan bahayanya untuk tubuh manusia. Pada sub-indikator ini, dari 139 siswa, terdapat 51% siswa berada pada kategori tinggi yang berarti siswa memahami mengenai rokok dan berbagai jenis rokok. Dan sub-indikator selanjutnya adalah alasan siswa merokok (adanya model/ccontoh) yaitu peran orang terdekat siswa untuk menularkan perilaku merokok kepada siswa. Pada sub-indikator ini, dari 139 siswa terdapat 50% siswa berada pada kategori rendah yang menunjukkan bahwa orang di sekitarnya tidak merokok. Walaupun terdapat pada kategori rendah, namun masih ada 35% siswa yang melihat orang di sekitarnya merokok yang dapat menjadi tokoh/model siswa untuk merokok.

Tabel 2. Tahap *preparatory*

Indikator	Kriteria	Responden	Frekuensi
Tahap <i>Preparatory</i>	Rendah	30	22%
	Sedang	45	32%
	Tinggi	64	46%
Jumlah		139	100%

Tahap *Intiation*

Berdasarkan hasil penelitian pada tahap *intitaion* sebanyak 139 siswa berada pada kategori rendah, yaitu 50% (lihat tabel). Tahap *intiation* adalah tahapan siswa melaksanakan interpretasi/pandangan awal mereka mengenai perilaku merokok yang diwujudkan dalam bentuk perilaku dan perasaan. Tahap *intitaion* terdapat sub-indikator yang mewakili tahap *intiation*, yang terdiri dari evaluasi interpretasi siswa mencoba merokok yang diwujudkan dalam bentuk perilaku, sub-indikator ini menunjukkan dari sebanyak 139 siswa terdapat 52% siswa pada kategori rendah yang berarti siswa MTs Nurul Haq tidak mencoba untuk merokok, dan berdasarkan hasil penelitian pula, siswa yang mencoba untuk merokok dikarenakan coba-coba karena penasaran serta diajak oleh teman. Sub indikator selanjutnya adalah evaluasi interpretasi siswa mencoba merokok yang diwujudkan dalam bentuk perasaan, pada sub-indikator ini, dari 139 siswa terdapat 84% siswa pada kategori rendah yang berarti siswa tidak merasa bahwa merokok itu membuatnya senang dan bangga.

Tabel 3. Tahap *Intiation*

Indikator	Kriteria	Responden	Persentase
Tahap <i>Intiation</i>	Rendah	70	50%
	Sedang	49	35%
	Tinggi	20	15%
Jumlah		139	100%

Tahap *Becoming A Smoker*

Berdasarkan hasil penelitian, pada tahap *becoming a smoker* dari sebanyak 139 siswa terdapat 87% berada pada kategori rendah (lihat tabel) hal ini berarti siswa tidak mengalami kepuasan psikologis dari merokok. Tahap *becoming a smoker* memiliki 3 sub-indikator, yang pertama adalah tahapan siswa telah menunjukkan perilaku merokok, pada sub-

indikator ini dari sebanyak 139 siswa, terdapat 78% siswa berada pada kategori rendah yang dapat diartikan bahwa masih banyak siswa yang tidak mencoba untuk merokok, namun guru juga jangan terlalu lengah dikarenakan terdapat 22% siswa berada pada kategori tinggi. Yang kedua yaitu adanya reinforcement positif merokok yang siswa dapatkan dan diwujudkan dalam kepuasan psikologis, pada sub-indikator ini dari sebanyak 139 siswa terdapat 90% berada pada kategori rendah hal ini menunjukkan bahwa siswa MTs Nurul Haq tahun ajaran 2020/2021 banyak tidak merasa adanya kepuasan yang di dapatkan dari perilaku merokok dan yang terakhir adalah reinforcement positif merokok yang siswa dapatkan dari lingkungan pergaulan, pada sub-indikator ini dari sebanyak 139 siswa terdapat 94% berada pada kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa siswa MTs Nurul Haq banyak yang tidak merokok serta memiliki pertemanan yang baik, namun walaupun terdapat pada kategori rendah, guru BK harus waspada dikarenakan masih terdapat 6% siswa yang berada pada kategori tinggi.

Tabel 4. Tahap *Becoming a smoker*

Indikator	Kriteria	Responden	Persentase
Tahap <i>becoming a Smoker</i>	Rendah	121	87%
	Tinggi	18	13%
Jumlah		139	100%

Tahap *Maintenance Of Smoking*

Berdasarkan hasil penelitian, pada tahap *maintenance of smoking* dari sebanyak 139 siswa berada pada kategori rendah dengan persentasi 85% (lihat tabel). Tahap ini pula terdapat 4 sub-indikator yang dapat mewakili kecenderungan perilaku merokok yang tinggi pada siswa. Sub-indikator yang pertama adalah tahap penyadaran siswa bahwa merokok itu menyenangkan, hal ini ditandai dengan siswa merasa bahwa merokok adalah suatu bentuk lambang keberanian, tanda kekuasaan, tanda kedewasaan serta menyenangkan. Dari sebanyak 139 siswa terdapat 92% berada pada kategori rendah, hal ini berarti siswa MTs Nurul Haq memiliki penyadaran bahwa merokok itu tidak baik dan tidak menyenangkan sama sekali. Sub-indikator yang kedua adalah siswa sudah sering merokok di kegiatan sehari-hari, sub-indikator menjelaskan bahwa frekuensi siswa untuk merokok sangat sering, seperti siswa merokok sehabis makan, maupun sepulang sekolah, dengan menghabiskan lebih dari 5 batang perhari/ menghabiskan liquid vape ukuran 40ml atau 100ml \leq 2 minggu. Dari sebanyak 139 siswa terdapat 93% berada pada kategori rendah, hal ini menandakan bahwa banyak siswa MTs Nurul Haq tidak merokok di kegiatan sehari-harinya. Sub-indikator ketiga adalah siswa merokok untuk mendapatkan efek fisiologis yang benar-benar dirasakan kenikmatannya.

Sub-indikator menjelaskan bahwa pada tahap ini, siswa sudah merasakan bahwa merokok baik bagi tubuhnya. Merokok dapat membuat badannya menjadi lebih segar, sehat, berfikir lebih jernih, mengurangi rasa asam dimulut, serta membuat tidak mengantuk, dari sebanyak 139 siswa terdapat 93% siswa berada pada kategori rendah, hal ini menunjukkan

bahwa kebanyakan siswa MTs Nurul Haq tidak merokok dan tidak merasakan kenikmatan efek fisiologis dari merokok serta sub-indikator yang terakhir adalah keyakinan siswa bahwa merokok bukanlah pelanggaran dan dapat diakui di lingkungan. Sub-indikator menjelaskan bahwa pada tahap ini, siswa sudah meyakini dan merasakan bahwa dengan merokok, ia akan diterima oleh lingkungan pergaulannya, serta siswa meyakini bahwa merokok bukanlah sebuah pelanggaran. Dari sebanyak 139 siswa terdapat 72% siswa berada pada kategori rendah, hal ini menunjukkan bahwa siswa MTs Nurul Haq tidak merokok dan tidak meyakini bahwa dengan merokok akan diakui oleh lingkungannya.

Tabel 5. Tahap *Maintenance of smoking*

Indikator	Kriteria	Responden	Persentase
Tahap <i>maintance of Smoking</i>	Rendah	118	85%
	Tinggi	21	15%
Jumlah		139	100%

SIMPULAN

Perilaku merokok siswa MTs Nurul Haq tahun ajaran 2020/2021 dari 139 siswa yang merupakan sampel responden di dapatkan hasil yaitu pada kategori sedang dengan persentase 68%, pada kriteria ini siswa sudah mengetahui dan memahami tentang bahaya perilaku merokok, tidak menyetujui bahwa gambaran merokok menyenangkan dan tidak mendapatkan *reinforcement positif* dari perilaku merokok, hal ini menunjukkan bahwa diperlukan adanya program bimbingan dan konseling untuk mengatasi perilaku merokok. Pada tahap *preparatory*, dari sebanyak 139 responden berada pada kategori tinggi dengan persentase 63%, dimana hal ini berarti siswa sudah mengetahui perilaku merokok serta bahayanya bagi tubuh. Pada tahap *initiation*, dari sebanyak 139 responden berada pada kategori rendah dengan persentase 50%, hal ini menunjukkan bahwa alasan siswa merokok adalah terpengaruh dari lingkungan sekitarnya dan siswa tidak merasa bahwa perilaku merokok adalah bentuk perilaku yang dapat memuaskan perasaan. Selanjutnya adalah tahap *becoming a smoker*, dari sebanyak 139 responden berada pada kategori rendah dengan persentase 87%, hal ini menunjukkan bahwa terdapat banyak siswa di MTs Nurul Haq yang menjauhi rokok serta tidak merasa bahwa dengan merokok akan memiliki kepuasan psikologis dalam dirinya. Yang terakhir adalah tahap *maintance of smoking*, dari sebanyak 139 responden berada pada kategori rendah dengan persentase 85%, hal ini menunjukkan bahwa siswa tidak merasa bahwa merokok membawa kenikmatan dan merokok adalah sebuah pelanggaran jika dilakukan oleh seorang pelajar dikarenakan seorang pelajar memiliki kewajiban untuk belajar dan menuntut ilmu.

DAFTAR PUSTAKA

Baharuddin. (2017). *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Merokok Pada Anak Usia Remaja Madya (15-18 tahun)*. Skripsi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Alauddin. Makassar

- Depkes RI, (2011). *Lindungi Generasai Muda dari Bahaya Rokok*. [Online] diakses dari <http://deokes.go.id/indeks.php/berita/press-release/1528-lindungi-generasi-muda-dari-bahaya-merokok.html> (diakses pada 19 september 2018)
- Dinkes Kota Serang. (2019). *Dinkes sosialisasikan kawasa tanpa rokok*. [Online] diakses dari <https://serangkota.go.id/artikel/251-dinkes-sosialisasikan-kawasan-tanpa-rokok> (diakses pada Februari 2020)
- GATS. (2011). *Global Adults Tobacco Survey Indonesia Report 2011*. New Delhi: WHO Regional Office Of South-East Asia
- Hurlock, E.B. (1989). *Terjemahan Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan Edisi Kelima*. Jakarta :Penerbit Erlangga 2015
- Kemenkes. (2013). *Riset Kesehatan Dasar;RIKESDAS*. Jakarta: Balitbang
- Leventhal and Cleary. (1980). The smoking problem: A review of the research and theory in behavioral risk modification journal of Psychological Bulletin 1980, Vol. 88, No. 2, 370-405. [ONLINE] diakses dari https://www.researchgate.net/publication/15775853_The_smoking_problem_A_review_of_the_research_and_theory_in_behavioral_risk_modification (diakses pada agustus 2020)
- Muri Yusuf. (2014). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan penelitian gabungan edisi pertama*. Jakarta: Kencana
- POP BK SMP. (2016). *Panduan Operasional Penyelenggara Bimbingan dan Konseling di SMP*. Kemendikbud 2016
- Prayitno dan Erman Amti. (2008). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Syamsu, Yusuf & Nurihsan, AJ. (2005). *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Rosdakarya.
- TCSC-IAKMI. (2020). *Atlas Tembakau Indonesia 2020*. [ONLINE] diakses dari <http://www.tcsc-indonesia.org/wp-content/uploads/2020/06/Atlas-Tembakau-Indonesia-2020.pdf> (diakses pada tanggal 22 okt 2020)
- WHO (World Health Organisation). *Tobacco*. [ONLINE] diakses dari https://www.who.int/health-topics/tobacco#tab=tab_1 (diakses pada tanggal 16 sept 2019)

